



Согласовано:  
Директор МКОУ «Распопинская СШ»  
Чапиева С.В.

Утверждаю  
Директор ООО «СОЮЗ-К» Киселев Г.А.

26.04.2023 г.



### Меню для дошкольной группы 3-7 лет

#### МКОУ «Распопинская СШ»

8 день

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. ценн., ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА	200	5,8	6,7	36,7	236,3
7	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,2	2,9	0,0	35,3
395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,0	102,5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>14,1</b>	<b>12,2</b>	<b>73,2</b>	<b>466,0</b>
<b>II Завтрак</b>						
399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	14,7	62,6
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>14,7</b>	<b>62,6</b>
<b>Обед</b>						
	Овощи по сезону (огурец свежий, помидор свежий, капуста квашеная, огурец соленый, свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	1,9	2,3	15,7	91,1
455	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина)	70	9,0	11,6	9,1	179,6
205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130/5	4,9	4,1	31,4	186,7
376	КИСЕЛЬ	180	0,4	0,0	25,2	102,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>695</b>	<b>21,3</b>	<b>18,6</b>	<b>113,6</b>	<b>713,7</b>
<b>Полдник</b>						
	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>230</b>	<b>3,8</b>	<b>4,9</b>	<b>51,2</b>	<b>264,3</b>
	<b>Всего за день:</b>		<b>40,0</b>	<b>35,9</b>	<b>257,7</b>	<b>1506,6</b>